



✓ Директор _____ КДАЮ: _____
_____ /анова/

Ежедневное меню основного питания

8.02.23.

/3 день/

| Наименование блюд | № рец-ов | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг.цен.Ккал | Цена |
|---|----------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------------|
| Завтрак (7-11 лет) | | | | | | | |
| Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.) | 173 | 200 | 6,1 | 4 | 36,96 | 208,24 | 5-09 |
| Напиток кофейный на молоке | 379 | 200 | 3,6 | 2,67 | 29,2 | 155,2 | 4-45 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 1-58 |
| <i>печенье</i> | | | | | | | 5-25 |
| Итого: | | | 12,86 | 7,07 | 85,48 | 456,96 | |
| Обед (7-11 лет) | | | | | | | |
| Салат из белокоч. капусты с морковью | 45 | 60 | 1,33 | 6,08 | 8,52 | 94,12 | 1-51 |
| Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне | 103 | 200 | 2,73 | 2,8 | 20,45 | 117,9 | 4-16 |
| Жаркое по-домашнему | 259 | 230 | 21,92 | 24,08 | 18,26 | 377,47 | 32-34 |
| Чай с сахаром | 376 | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 1-15 |
| Хлеб пшеничный | | 60 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,28 | 2-37 |
| <i>салатсыро</i> | | | | | | | 39-50 |
| Итого: | | | 30,79 | 33,58 | 91,21 | 789,77 | |
| Всего: | | | 44,93 | 39,66 | 99,73 | 883,89 | |
| Завтрак (12-18 лет) | | | | | | | |
| Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.) | 173 | 250 | 7,63 | 5 | 46,2 | 260,3 | 5-09 |
| Масло сливочное | 14 | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | - |
| Напиток кофейный на молоке | 379 | 200 | 3,6 | 2,67 | 29,2 | 155,2 | 4-45 |
| Изделие кондитерское | | 20 | 1,7 | 2,26 | 13,94 | 82,9 | 5-25 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 1-58 |
| Итого: | | | 16,19 | 17,53 | 108,79 | 657,64 | |
| Обед (12-18 лет) | | | | | | | |
| Салат из белокоч. капусты с морковью | 45 | 100 | 1,33 | 6,08 | 8,52 | 94,12 | 2-54 |
| Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне | 103 | 300 | 3,27 | 3,36 | 24,54 | 141,48 | - |
| Жаркое по-домашнему | 259 | 350 | 33,35 | 36,65 | 27,79 | 574,41 | 33-98 |
| Чай с сахаром | 376 | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 1-12 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 60 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 | 2-37 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 | |
| Итого: | | | 39,15 | 37,63 | 86,92 | 842,49 | |
| Всего: | | | 40,48 | 43,71 | 95,44 | 936,61 | |
| | | | | | | Повар | <i>16</i> А.Г.Мишулова |